**Дисциплина:** «Теория и история физической культуры и спорта»

**Преподаватель:** Жаркова София Геннадьевна *(место обитания 222 кабинет).*

Задания для получения зачета:

- конспект учебника с 6 по 28 страницу в тетради

*(ознакомит с историей физической культуры и спорта)*;

- конспект учебника с 35 по 39 страницу в тетради

*(похожие словосочетания для вас начнут немного отличаться)*;

- конспект учебника с 69 по 81 страницу в тетради

*(узнаете что в нас развивают физические упражнения)*;

- написание реферата.

Требования к реферату:

- использование не менее 5 источников информации;

- объем ровно 10 листов (не считая титульного листа, содержания и списка источников);

- титульный лист по образцу (найдете на последней странице);

- шрифт Times New Roman;

- размер шрифта 14 кегль;

- интервал 1,5;

- поля обычные;

**- сдать реферат до 8 апреля 2025 года.**

Сдача реферата:

Вариант 1. Отправить на электронную почту [sofiya.zharkova.2015@mail.ru](mailto:sofiya.zharkova.2015@mail.ru). В теме письма указать группу и ФИО (пример: Ф1-24, Иванова И.И, РЕФЕРАТ).

Вариант 2. Принести в распечатанном виде на занятие или в 222 кабинет *(для конспектов подходит только такой вариант)*.

Темы для реферата:

1. История развития физической культуры и спорта в России (история становления и развития отечественных и зарубежных систем физического воспитания и спортивной подготовки).
2. Становление и развитие зарубежной системы физического воспитания и спортивной подготовки (международное спортивное движение по видам спорта, международное олимпийское движение).
3. Средства формирования физической культуры человека (механизмы и средства развития личности в процессе физического воспитания).
4. Влияние теории и истории физической культуры в повышении эффективности педагогической деятельности, профессионального самообразования и саморазвития.
5. Роль истории физической культуры и спорта в профессиональной деятельности, формировании нравственного и патриотического воспитания школьников.
6. Понятийный аппарат и предмет теории физической культуры и спорта.
7. Функции и основные направления системы физического образования и воспитания.
8. Принципы и понятия физического воспитания (содержание и характеристика методических принципов физического воспитания, содержание и характеристика специфических принципов физического воспитания, понятие о средствах физического воспитания, понятие о методах физического воспитания, классификация и характеристика методов физического воспитания).
9. Основные формы физического воспитания (структура и методика проведения учебных занятий по физическому воспитания, методические особенности организации специфических форм физического воспитания, физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме учебного дня).
10. Понятие о физических качествах и основные формы их проявления (основные закономерности развития физических качеств, принципы развития физических качеств, средства и методы развития: силы, быстроты, выносливости, ловкости, гибкости и их применение в соответствии с возрастом, полом и уровнем физического развития занимающихся).
11. Дозирование физической нагрузки (методика развития силы, методика развития выносливости, методика развития скоростных способностей, методика развития гибкости, методика развития координационных способностей, методы и приемы определения уровня развития физических качеств).
12. Особенности физического воспитания разных возрастных категорий населения.
13. Общая характеристика спорта. Сущность и функции спорта.
14. История Олимпийских игр.

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ САРАТОВСКОЙ ОБЛАСТИ

Государственное автономное профессиональное образовательное учреждение Саратовской области

«Энгельсский колледж профессиональных технологий»

*ОБРАЗЕЦ ТИТУЛЬНОГО ЛИСТА*

**РЕФЕРАТ**

Тема: «Как хорошо на свете жить!»

Дисциплина: «Теория и история физической культуры и спорта»

Программа: «Теория и методика физической культуры и спорта»

Преподаватель: Жаркова С.Г.

Слушатель: Иванова И.И.

Группа: Ф1-24

г. Энгельс, 2025 г.